

Rzeszów, dnia 4 lipca 2025 r.

Do:

Pan Konrad Fijołek
Prezydent Miasta Rzeszowa
Rynek 1 35-064 Rzeszów



PETYCJA

w sprawie utworzenia inicjatywy „Miejski Ruch Dobroczynny” – Rzeszowskich Trenerów Osiedlowych.

Szanowny Panie Prezydencie,

Zwracam się z uprzejmą prośbą o rozpatrzenie propozycji utworzenia miejskiej inicjatywy o nazwie „**Miejski Ruch Dobroczynny**”, której celem będzie powołanie Rzeszowskich Trenerów Osiedlowych – grupy aktywnych, wykwalifikowanych osób prowadzących bezpłatne zajęcia ruchowe i zdrowotne dla mieszkańców Rzeszowa.

Jako były sportowiec, trener piłkarski, pływania, certyfikowany Saunamistrz oraz podróżnik, który poznał wiele modeli społecznego wsparcia i aktywizacji, wierzę, że taka inicjatywa znacząco wpłynie na poprawę zdrowia, jakości życia mieszkańców, a także budowanie świadomości zdrowotnej i żywieniowej oraz budowanie relacji i wzmacnianie więzi sąsiedzkich.

W ramach „Miejskiego Ruchu Dobroczynnego”, każdy z zatrudnionych przez Miasto Rzeszów Trenerów Osiedlowych w ramach umowy zlecenia bądź umowy cywilnoprawnej prowadzić będzie ogólnodostępne zajęcia w przestrzeni miejskiej zgodnie z ustalonym harmonogramem oraz standardami bezpieczeństwa i jakości prowadzonych zajęć, będą to m.in.

- marszobiegi oraz spacerzy z kijkami Nordic Walking w terenach zielonych,
- ćwiczenia rozciągające i oddechowe,
- gimnastykę korekcyjną dla seniorów i młodzieży,
- jogę na świeżym powietrzu,
- edukację prozdrowotną i profilaktykę ruchową.

Korzyści i wartości płynące z wdrożenia inicjatywy „Miejskiego Ruchu Dobroczyńnego”

- **Promowanie Rzeszowa jako miasta sportu i zdrowia** – działania wpisują się w wizerunek Rzeszowa jako miasta sportu, otwartego na potrzeby mieszkańców.
- **Wzmacnianie integracji społecznej** – regularne spotkania zbliżają sąsiadów, przełamują samotność i budują wspólnotę lokalną.
- **Profilaktyka zdrowotna** – poprzez codzienny, lekki ruch i kontakt z naturą zmniejszamy ryzyko chorób cywilizacyjnych.
- **Wspieranie zdrowia psychicznego** – aktywność fizyczna obniża poziom stresu, podnosi samoocenę, przeciwdziała depresji i wykluczeniu.
- **Zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i obecności w przestrzeni publicznej** – trenerzy obecni w parkach i na osiedlach stają się naturalnymi liderami lokalnych grup.

Wierzę, że taka inicjatywa mogłaby być kolejnym krokiem ku tworzeniu społeczeństwa świadomego, zdrowego i zintegrowanego, a Rzeszów zyskałby w rankingach miast innowacyjnych, które inwestuje w ludzi i ich dobrostan.

Z wyrazami szacunku i nadzieją na pozytywne rozpatrzenie petycji,